

Opinnäytetyö (AMK)

Esittävä taide

Nukketeatteri

2014

Maria-Elina Koivula

NUKKETEATTERIN TERAPEUTTISET MAHDOLLISUUDET



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Esittävä taide | Nukketeatteri

kevät 2014 | 33

Ohjaajat Marja Susi ja Ilona Tanskanen

Maria-Elina Koivula

NUKKETEATTERIN TERAPEUTTISET MAHDOLLISUUDET

Opinnäytetyössäni tarkastelen nukketeatterin terapeuttisia mahdollisuuksia. Työn taideterapeuttisen ajattelun viitekehyksenä on ekspressiivinen taideterapia.

Kirjoitan ekspressiivisen taideterapian perusteista ja peilaan niitä nukketeatterin taidemuotoon sekä pohdin nukketeatterin erityisiä vahvuuksia terapeuttista työskentelyä ajatellen.

Työssäni totean, että nukketeatterityöskentelyssä on mahdollista toteuttaa ekspressiivisen taideterapian periaatteita, ja että nukketeatteri taiteenmuotona voi tukea ekspressiivistä taideterapiatyöskentelyä. Nukketeatteri luo sekä kontekstin terapeuttiselle muutokselle, että antaa tukea ja välineitä muutokseen.

ASIASANAT:

nukketeatteri, taideterapia, ekspressiivinen taideterapia, terapeuttinen nukketeatteri

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Performing arts | Puppet theatre

2014| 33

Instructors Marja Susi and Ilona Tanskanen

Maria-Elina Koivula

THERAPEUTIC ASPECTS OF PUPPETRY

In my thesis, I study some therapeutic aspects of puppetry. Expressive arts therapy is the basis of therapeutic thinking in my work.

I write about the basics of expressive arts therapy and mirror this thinking to puppetry. I take a closer look to puppetry's benefits towards therapeutic use.

I found out that it is possible to achieve expressive arts therapeutic work through puppetry and that puppetry as an art form can support therapeutic work. Puppetry provides a context for therapeutic change, supports and provides tools for this change.

KEYWORDS:

puppetry, art therapy, expressive arts therapy, therapeutic puppetry

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 KESKEISIÄ KÄSITTEITÄ	6
2.1 Terapeuttinen nukketeatteri	6
2.2 Ekspressiivinen taideterapia	8
3 NUKKETEATTERIN TERAPEUTTISIA MAHDOLLISUUKSIA	9
3.1 Fenomenologia ajattelun kivijalkana ja taide muodon antajana	9
3.2 Mielikuvien todellisuus	10
3.3 Tekemisen kynnyksen madaltaminen	12
3.4 Monitaiteisuus	13
3.5 Huomion siirtäminen taiteeseen	15
3.6 Siirtymäkokemus ja siirtymätila minän rakentajina	16
3.7 Leikki, välitila ja kaaos työvälineinä	17
3.8 Nukketeatteri muodon antajana ja kommunikaation kanavana	20
3.9 Nukketeatteri muutoksen mahdollistajana ja heijastuspintana	22
3.10 Nukketeatteri vuorovaikutuksen välineenä, näkyväksi tekijänä ja kannattelijana	25
3.11 Muutama käytännön esimerkki terapeuttiseen työskentelyyn nukkien kanssa	27
3.11.1 Yksinkertaisen nukken rakentaminen	27
3.11.2 Mitä nukke haluaa tehdä	27
3.11.3 Suoraan nukelle puhuminen	28
3.11.4 Tapahtumien todistaminen ja nähdyksi tuleminen	28
4 LOPUKSI	30
LÄHTEET	32

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössäni tarkastelen, millaisia mahdollisuuksia ja vahvuuksia nukketeatterilla on terapeutista työtä ajatellen. Viitekehyksenäni on ekspressiivisen taideterapian teoria.

Suomessa nukketeatterin terapeutinen käyttö on hyvin vähäistä, eikä aiheesta vielä ole suomenkielistä kirjallisuutta. Olen opiskellut ekspressiivistä taideterapiaa ja ryhmien ohjaamista taideterapian keinoilla. Nyt valmistuessani nukketeatterin ammattilaiseksi, haluan koota tietoa näiden alueiden yhdistämisestä. Toiveenani on tulevaisuudessa ohjata terapeutista nukketeatterityöskentelyä tai käyttää nukketeatteria taideterapeutin työssä.

Tässä tutkielmassa haluan kartuttaa omaa tietämystäni sekä tehdä pienen katsauksen terapeuttisen nukketeatterin teemoista julkaistuun materiaaliin. Kirjoitan ekspressiivisen taideterapian perusteista ja peilaan niitä nukketeatterin taidemuotoon sekä pohdin nukketeatterin erityisiä vahvuuksia terapeutista työskentelyä ajatellen. En kuvaile taideterapeutista työskentelyä käytännössä, vaan keskityn kirjaamaan ylös nukketeatterin terapeutisia mahdollisuuksia teoreettisella tasolla.

2 KESKEISIÄ KÄSITTEITÄ

2.1 Terapeuttinen nukketeatteri

Käytän käsitettä *nukke* puhuessani esineistä tai hahmoista, joita voi elollistaa mielessään tai konkreettisesti niitä käsittelemällä eli manipuloimalla. Nykynukketeatterissa nukella voidaan tarkoittaa mitä tahansa esinettä, johon tuodaan elo sitä manipuloimalla. Nukke voi siis olla vaikkapa itsepäinen haarukka, joka ei haluakaan kuljettaa ruokaa suuhun, vaan ryhtyy hyppimään pöydällä. Tai se voi olla ammattimaisesti rakennettu, teatterikäyttöön tehty nukke. Nukketeatterilla tarkoitan nukkien käyttöä, nukketeatterillista toimintaa.

Terapeuttisuuden käsite voidaan liittää toimintaan, joka vahvistaa yksilön olemassaoloa ja minuuden rakentumista sekä edistää itsensä ilmaisua ja psyykkistä terveyttä (Pöllänen 2008, 92). Terapeuttisella kentällä taide on yhä suositumpi voimautumisen ja muutoksen työväline. Nukketeatteri ei ole ainoastaan tekniikka, vaan itsenäinen, luova taidemuotonsa, jolla on historialliset ja kulttuureita yhdistävät juuret. Nukketeatteri voi tarjota tehokkaan ilmaisuvälineen terapeuttiseen käyttöön. (Bernier 2005, 118–121)

Terapeuttisuus voi jokapäiväisessä puheessa tarkoittaa arjen itsehoitoa, ja käsitettä käytetään paljon. Se on hyvä, ja auttaa hahmottamaan arjessa ja taiteessa aina läsnäolevaa kasvun ja parantumisen potentiaalia. Terapeuttisuus-käsitettä ei työskentelyä ohjatessa kuitenkaan tule käyttää liian kevyesti. Terapeuttisen työn ohjaajalla on oltava osaamista sekä taiteesta että kasvusta ja parantamisesta. Taideterapeutin koulutukseen kuuluu teoreettista tietoa, taiteen prosessien kokemista ja tutkimista sekä oma taideterapiaprosessi. Oma kokemus terapeuttisesta työskentelystä ja taideprosesseista on terapeuttisen työn ohjaajalle välttämätöntä. Terapeuttisen

nukketeatterin harjoittajan täytyy olla sekä terapian että nukketeatterin asiantuntija (Bernier 2005, 121).

Terapeuttisesta nukketeatterista kirjoittanut, Suomessakin luennoinut yhdysvaltalainen Matthew Bernier kuvaa erilaisia ympäristöjä ja tilanteita, joissa nukketeatteria on käytetty terapiatyössä, kasvatuksessa, ohjauksessa ja kuntoutuksessa. Nukketeatterityötä tehdään vankiloissa, kouluissa, sairaaloissa, erityisryhmien kanssa, psykiatristen potilaiden kanssa, surutyössä, lasten, nuorten ja aikuisten kanssa. (Bernier 2005, 120–121)

Sekä nukketeatterin että terapian perustana ovat muutos ja kommunikaatio. Siksi ne sopivat hyvin yhteen. Kun puheen ja eleiden voima on pyyhitty pois, nuket voivat auttaa palauttamaan ne, samoin kuin itsekunnioituksen ja itsearvostuksen. (Bernier 2005, 122)

Sinikka Pöllänen on kerännyt tietoa mekanismeista, joilla käsityö voi toimia terapeuttisesti. Hänen ajatuksensa sopivat myös nukketeatterityöhön. Sekä käsityössä että nukketeatterissa on hyvin vahvasti läsnä käsin työstäminen, muodon antaminen ja konkreettisten materiaalien käyttö. Pölläsen ajatusta mukaillen nukketeatteri voi tarjota kontekstin terapeuttiselle muutokselle. Tässä kontekstissa tarjotaan ohjausta, joka tukee hyvinvointia tai kuntoutusta nukketeatterin keinoin, taiteellisenä prosessina. (Pöllänen 2008, 101)

Terapeuttinen nukketeatteri on monivaiheinen ja moniulotteinen kokonaisuus, jossa taiteen tekeminen tuo tiedostamattoman prosessin esiin tai käynnistää sisäisen prosessoinnin. Nukketeatteri toimii kokonaisvaltaisena toimintana, jossa nuket rakentaminen ja käyttäminen voivat tuottaa erilaisia merkityksiä. Liikkeelle lähteneet asiat voivat tulla edelleen työstetyiksi, taiteen keinoilla. (Pöllänen 2008, 101).

Nukketeatteri tarjoaa ehtymättömän valikoiman erilaisia materiaaleja, teemoja ja työtapoja. Nukketeatterin taideprosessi voi toimia jo itsessään terapeuttisesti, muutokseen johdattavana. Sen lisäksi se mahdollistaa prosesseja, joissa yhdessä terapeutin kanssa voidaan tehdä havaintoja, kokea tunteita, luopua

vanhasta ja löytää uutta. Terapeutti on vierelläkulkija ja kannatteliija, mutta varsinaisen työn tekee asiakas itse.

2.2 Ekspressiivinen taideterapia

Tarkastelen nukketeatterin terapeuttisia mahdollisuuksia ekspressiivisen taideterapian näkökulmasta, sillä ajattelin taiteen käytöstä terapeuttisesti ja terapiassa perustuu tähän taideterapiasuuntaukseen. Olen kokenut, että Turun Taideakatemiassa nukketeatterin pitkän linjan ammattilaiselta ja opettajalta Rene Bakerilta saamamme nukenkäsittelyn opetus on monilta osin linjassa ekspressiivisen taideterapian periaatteiden kanssa. Bakerin näkemykset nukketeatterista ja käytännön välineet nukkien kanssa työskentelyyn ovat minulle tärkeä perusta.

Ekspressiivisen taideterapian juuret ovat 70-luvulla ja 1980-luvun alussa USA:ssa. Lesley Collegessa eri taiteenaloja opettaneet taideterapeutit Paolo Knill, Shaun McNiff, Norma Canner ja Elisabeth McKim pohtivat, miten monitaiteiden työskentely voisi auttaa asiakkaita. Näistä kysymyksistä ja yhteisestä työskentelystä syntyi ekspressiivisen taideterapian ydinajattelu: intermodaalisuus eli taiteidenvälisyys. (Linnossuo 2011, 81) Ekspressiivisessä taideterapiassa keskeisessä asemassa ovat myös taideprosessi ja fenomenologian filosofia. Ekspressiivisen taideterapian perusajatukset sopivat hyvin myös nukketeatterityöskentelyyn.

3 NUKKETEATTERIN TERAPEUTTISIA MAHDOLLISUUKSIA

3.1 Fenomenologia ajattelun kivijalkana ja taide muodon antajana

Ekspressiivisen taideterapian ytimessä on fenomenologia ja sen filosofia. Fenomenologia on filosofian tutkimussuuntaus, jossa tarkastellaan kokemuksia. Fenomenologiassa tutkitaan ihmisen suhdetta omaan elämäntodellisuuteensa (Laine 2001, 26–27). Ihmisen suhde maailmaan muotoutuu kokemusten kautta. Todellisuus ei ole edessämme neutraali, vaan jokaisessa havainnossa kohde näyttäytyy havaitsijan kiinnostusten, uskomusten ja pyrkimysten valossa.

Suhteemme todellisuuteen on merkityksillä ladattua (Laine 2001, 26–27). Toisinaan ihminen kykenee tunnistamaan näitä merkityksiä, toisinaan on vaikeaa tai mahdotonta nähdä, mistä kokemus kumpuaa. Vaikka kokemuksen kohde jäisi epäselväksi, se on silti kokijalleen todellinen (Perttula 2005, 116). Ihmisen toimintaa voidaan pyrkiä ymmärtämään kysymällä, millaisten *merkitysten* pohjalta hän toimii (Laine 2001, 27). Taideterapeuttisen prosessin kautta kokemukset voivat saada muodon taiteessa. Muodon antamisen prosessi tekee merkityksiä näkyväksi. Taiteellisessa prosessissa merkitykset voivat myös muotoutua tai muuttua. Fenomenologisen tutkimuksen tavoin taideterapiassa ei pyritä niinkään löytämään universaaleja yleistyksiä, vaan ymmärtämään ihmisen senhetkistä merkitysmaailmaa.

Levine käyttää muodon antamisen prosessista nimitystä poiesis. Ilmiö voi näyttäytyä, ja jos suuntaamme huomiomme siihen, se paljastaa itsensä meille. Taide on kieli, jolla voimme antaa ilmiön puhua, antaa muotoa tuolle puheelle ja sen kuulemiselle. Jokin asia voi tulla tietoomme muodon antamisen prosessissa. (Levine 2005, 31-40) Ihminen on myös oman elämänsä muotoilija siinä mielessä, että hänellä on kyky tuottaa kuvaa itsestään ja maailmasta (Mantere 2007, 13).

Nukketeatteria tehdessä poiesis, muodon antaminen on konkreettisesti läsnä, käsin kosketeltavissa. Sekä nukke itsessään, sen rakentaminen, että nukan teot ovat muodon antamista.

Taideterapiassa pyritään kokemuksen luonteen tutkimiseen mahdollisimman vapaana ennakko-oletuksista tai jonkin teoreettisen oletuksen mukaan tapahtuvasta tulkinnasta. Keskiössä on taideprosessi, jonka äärellä psykologisia ja muita ei-taidelähtöisiä ennakko-oletuksia ja tulkintoja vältetään. (Mantere 2007,13) Työskentelyssä pyritään fenomenologi Martin Heideggerin tavoin löytämään tutkittavalle ilmiölle lähtökohta, jossa todellisuutta ei pakoteta johonkin ennalta tiedettyyn muottiin, vaan annetaan totuuden paljastua omana itsenään (Lehtovaara 1992, 3).

3.2 Mielikuvien todellisuus

Ekspressiivisessä taideterapiassa työvälineenä ovat mielikuvat, niiden kuunteleminen ja muodon antaminen niille. Taide tarjoaa vaihtoehtoisen tavan kokea maailmaa ja jakaa omia kokemuksia, olla yhteydessä ympäröivään todellisuuteen. Se toimii siltana arkitodellisuuden ja mielikuvien todellisuuden välillä.

Nukketeatteri kutsuu kokijaansa venyttämään todellisuuden rajoja, astumaan sisään mielikuvien ja symbolien maailmaan. Vaikka tiedostava mieli tietää, että nukke on vain kangasta tai puuta, se voi herättää tunteita, ajatuksia ja tekoja (Bernier 2005, 129). Mielikuvien kanssa työskentely on taideterapian perusta. Mielikuvia ei pyritä niinkään selittämään, vaan jatketaan niiden työstämistä, kunnes minä löytää ilmaisumuodon. Muodon antamisen prosessin avulla mielikuva saadaan integroiduksi tietoiseen olemassaoloon. (Mantere 2007, 15)

Taideterapeuttisessa työskentelyssä omiin taidetöihin ja taiteelliseen tekemiseen suhtautaan kuuntelevasti, niihin voi tutustua kuten vasta tapaamaansa uuteen henkilöön. Tekemisen prosessissa pyritään huomioimaan ja huomaamaan kokemuksia, mutta ei alisteta niitä arvostelulle. Ekspressiivisessä taideterapiassa taiteen ainoa oikea tulkitsija on tekijä itse.

Taideterapeuttiseen työprosessiin on rakennettava siirtymä arkitodellisuudesta mielikuvien todellisuuteen ja sieltä takaisin. Tämä on työskentelyn ohjaajan (tai terapiatyössä terapeutin) ammattitaitoa. Erilaiset työtavat ja taidemuodot sopivat erilaisille asiakkaille, ja työn eri vaiheisiin. Työprosessiin rakennetaan siirtymiä, jotka mahdollistavat matkan arkitodellisuudesta taiteen mailmaan ja taas takaisin. Paolo Knill on kuvannut ekspressiivisen taideterapiatapaamisen arkkitehtuuria seuraavalla tavalla (Rankanen 2007, 96).

Ekspressiivisen taideterapiatapaamisen vaiheet lyhyesti:

Arkielämästä tapaamiseen tuleminen. Lähtökohtana totuttu elämäntapa ja kokemusten tulkintatapa.

1. Aloittaminen: Asiakkaan arkitodellisuuden tunnistaminen ja senhetkisen tilanteen huomioiminen. Tälle on varattu oma aikansa, jolloin arkitodellisuudesta eteenpäin siirtyminen tulee mahdolliseksi.
2. Silta: Taidetyöskentelyyn tai leikkiin ohjaaminen. Esimerkiksi lämmittely, kehollisuus ja leikki voivat toimia siirtymänä.
3. Taidetyöskentely: Vaihtoehtoinen tapa katsoa ja kokea maailmaa. Voi tapahtua leikin, rituaalien tai taidetyöskentelyn avulla, vapaasti tai teeman ympärillä työskennellen.
4. Esteettinen analyysi: Kuviteltujen ja leikittyjen kokemusten sekä taideprosessin havainnointi ja tarkastelu.
5. Silta tai sadonkorjuu: Edellä havaittujen seikkojen vertaaminen ja liittäminen omaan elämään.
6. Sulkeminen: Palataan takaisin aluksi esillä olleisiin arkielämän asioihin ja kysymyksiin sekä siihen, miten taideterapiakokemus ja työskentelyssä tulleet havainnot vaikuttavat niihin.

Arkielämään palaaminen. Totuttu elämäntapa ja kokemusten merkitykset voivat näyttäytyä erilaisessa valossa.

3.3 Tekemisen kynnyksen madaltaminen

Miten vuorovaikutus ja nähyksi tuleminen voi tapahtua nukketeatterissa, niin että voidaan puhua nukketeatterin käytöstä terapeutisesti? Ekspressiivisen taideterapian ydinajatuksia kuvaa sanapari *low skills, high sensitivity*. Tämä tarkoittaa tekemisen kynnyksen madaltamista, mahdollisuutta ja oikeutta taiteen tekemiseen lähtötasosta riippumatta. Avaimena on tekemisen kokemuksille herkistyminen, jota tukevat käytännössä esimerkiksi kehollinen ja materiaalilähtöinen tekeminen. Terapeuttisen nukketeatterin lähtökohtana on fenomenologiasta kumpuava suhtautuminen taidetyöskentelyyn ja syntyviin teoksiin. Keskiössä on taiteen tekemisen prosessi ja prosessin tarkastelu. Teosten kuuntelu pikemminkin kuin niiden arvioiminen. "*Työ tulee minulle. Jos en ole valmis päästämään irti alkuperäisestä ideastani, en voi olla avoin sille, mikä saapuu.*" (Levine 2005, 40.) Ajatus siitä, että töiden tuomia viestejä voi tarkastella arvottamatta niitä voi antaa aivan uudenlaisen kokemuksen taiteen tekemisestä. Se myös siirtää huomiomme valokiilaan uusia, odottamattomiakin asioita.

Länsimaisessa kulttuurissa olemme usein tottuneet ajattelemaan nukketeatteria passiivisesta, viihtymisen näkökulmasta. Näkökulman muutos aktiiviseen osanottajuuteen tarjoaa terapeuttisia mahdollisuuksia. Terapeuttinen nukketeatteri helpottaa kommunikaatiota monin tavoin. (Bernier 2005, 122)

Nukketeatteri kuuluu kaikille, ja jokaisen on mahdollista tehdä sitä. Suurin este tekemiselle voi olla epäonnistumisen pelko, mitä matalan taitokynnyksen tekeminen voi helpottaa. Nukketeatterissa tekemisen kynnystä madaltaa se, että huomio suuntautuu nukkeen, ei nukettajaan. Työ voi lähteä liikkeelle niistä materiaaleista, joita on käsillä, eikä lopputulosta arvoteta. Arkipäiväisten materiaalien, esimerkiksi kierrätysmateriaalien ja arkisten esineiden käyttäminen madaltaa tekemisen kynnystä. Silloin tekemiseen varattu materiaali

ei ole niin monimutkaista tai arvokasta, että sitä käytettäessä tarvitsisi "saavuttaa" jotain erityistä. Vaikkapa jättemateriaalia voi pelastaa nukkenrakentamiseen ja nuketuskäyttöön. Työskennellessä voidaan lähteä liikkeelle materiaalin kuuntelemisesta ja kysyä materiaalilta, mitä se haluaa tehdä.

3.4 Monitaiteisuus

Nukketeatteri on siitä ainutlaatuinen taidemuoto, että monitaiteisuus ja eri taiteenlajien välinen vuoropuhelu on siihen sisäänrakennettua. Nukketeatterityöskentelyyn sisältyy kuvataiteen elementtejä, liikettä tai tanssia tilassa, työskentelyyn voi kuulua kirjoittamista ja runoutta, musiikkia ja äänten tuottamista, draamallisia hahmoja ja draamatyöskentelyä. Eri ilmaisun keinoja voidaan painottaa nukkien kanssa työskennellessä, mutta samalla monitaiteisuus on nukketeatterissa aina läsnä.

Taideterapian tutkijoiden mukaan monitaiteisuus on jo itsessään terapeuttiivinen työväline. Natalia Rogers kuvaa taiteidenvälistä vuorovaikutusta terapiassa termillä termillä luova yhteys. Taidemuodot ruokkivat toisiaan luontaisesti. Knill esittää, että taidemuotojen yhteys hyödyntää mielikuvituksen parantavaa voimaa, ja on ihmisenä olemisen perustavanlaatuinen ilmiö. McNiffin mukaan taiteet ovat sielun lääke, jota on perinteisesti käytetty helpottamaan inhimillistä kärsimystä ja antamaan sille muotoa. (Malchiodi 2010, 135–136)

Siirtymät eri taidemuotojen välillä voivat kiteyttää käsillä olevia oivalluksia eteenpäin. Koska eri taidemuodoissa eniten aktivoituvat aistialueet vaihtelevat, eri taidemuodoilla voidaan parhaiten ilmaista eri alueille sijoittuvia kokemuksia. (Hentinen 2007,150)

Eri taiteenlajeilla työskentely avaa uutta tekijästä. Kun tekee työtä itselleen vieraammalla tavalla, voi joutua paljaammaksi ja herkilläkin olevaksi, saada uudenlaisia kokemuksia tai nähdä erilaisesta vinkkelistä. Näin paikalle voi ilmestyä myös sellaista, mitä ei osannut haluta tai odottaa. Ekspressiivisen taideterapian työskentelyssä vaihdetaan taiteenmuotoja sen mukaan, millaista

ilmaisukeinoja tarvitaan. Nukketeatteri liikkuu eri taidemuotojen välillä, joten tekemisessä siirtymät tapahtuvat luonnostaan ja niitä on runsaasti. Nukketeatterissa on paljon tarjounta etenkin visuaalisuuden, draaman, liikkeen ja tanssin kielille. Myös tarjoumat äänen, puheen ja musiikin käyttöön ovat nukkeja käytettäessä läsnä.

Syntyneestä hahmosta tai rakennetusta nukesta voi kirjoittaa tai se voi saada äänen. Musiikki voi yhdistyä nukan tekoihin tai nostaa merkityksellisiä hetkiä esiin. Kokemukset voivat saada muodon maalauksessa tai nukke voi liikkua maalauksesta nousevien tunnelmien ohjaamana. Draamahahmot voivat kohdata nukkeja, tai nukan ja nukettajan suhdetta voidaan tarkastella taiteessa. Liike ja tanssi ovat nukettamisessa läsnä, ja tanssi voi olla vuoropuhelussa nukan kanssa. Mahdollisuudet eri taiteenlajien vuoropuhelulle ovat rajattomat.

Taideterapeuttisen työn ohjaaja tai terapeutti ohjaa työtä eri taiteenlajeihin, etsii sopivia askeleita asiakkaalle. Jos jokin taidemuoto saa jäätymään, jokin toinen voi sen sijaan sulattaa ja avata. Taideterapeuttisen työn ohjaaja luo myös puitteet sekä koko prosessille että yksittäisille työskentelykerroille. Niihin kuuluu siirtymä arkitodellisuudesta taiteen alueelle ja taas takaisin. Eri taidemuotoja ja harjoitteita valitsemalla voidaan esimerkiksi mennä syvälle, upota omaan prosessiin ja sisäiseen todellisuuteen, tai palata hetkeen, löytää kontakti ja yhteys, maadoittua omaan kehoon ja ympärillä olevaan todellisuuteen. Avaimena harjoitteiden valinnalle on terapeutin työn ohjaajan kokemus ja tietämys erilaisista taidemuodoista.

Kun käytetään eri taidemuotoja, syntyy usein syklisesti etenevä prosessi, jossa työt, niiden teemat ja merkitykset vaikuttavat toisiinsa edestakaisessa liikkeessä. Jotkut taidemuodot tapahtuvat enemmän yksilön sisäisessä maailmassa, ja toiset taas persoonien välisessä vuorovaikutuksessa. Siten niiden avulla voidaan tuottaa joko yksilöllistymisen tai yhteyden kokemuksia. (Hentinen 2007, 150) Nukketeatteri voi tuottaa näitä molempia kokemuksia, mutta yksilöllisyyttä tai yhteyttä voidaan painottaa toiminnan laadusta riippuen. Esimerkiksi yhdessä nukettaessa voi tutkia ja harjoitella toisten kuuntelemista ja yhteistä hengitystä, tilan antamista muille sekä oman tilan ottamista. Yksin

nukettaessa oma ilmaisu ja nukan kautta nähdyn tuleminen painottuvat vahvemmin.

3.5 Huomion siirtäminen taiteeseen

Decentering on eräs ekspressiivisen taideterapian keskeisimmistä käsitteistä. Sille on vaikea löytää tarkkaa suomennosta. Decentering-käsitteen voisi suomentaa esimerkiksi siten, että se on päinvastainen sanalle center, keskittyä, keskittää huomio johonkin. Decentering tarkoittaa huomion siirtämistä taiteen tekemiseen, pois varsinaisesta ongelmasta. Vastaukset voivat löytyä taiteen kautta, kun lähestymistapaa muutetaan. Terapeuttisen työskentelyn ohjaajan tai terapeutin tehtävä on rakentaa siirtymä alkuperäisestä ongelmasta taiteen alueelle ja luoda puitteet, joissa taiteen on mahdollista tapahtua.

Huomion siirtämisen, decenteringin myönteiset vaikutukset tunnustetaan useissa psykologian teorioissa. Ongelmalliseen tilanteeseen keskittyminen ei tuota uusia ratkaisuja, vaan usein huonontaa tilannetta. Toisaalta decenteringin asenne, esimerkiksi aivoriihi voi avata tilanteeseen uusia, odottamattomia ratkaisuja. Luovuutta kuvataan usein kyvyksi löytää uusia ratkaisuja vallitseviin tilanteisiin, tai kyvyksi vastata uuden tilanteen tuomiin haasteisiin. (Knill 2005, 83- 84)

Siirtämällä huomiotamme siirrymme pois loogisen ajattelun kapealta alueelta ja umpikujamaisen tilanteen tuottamasta avuttomuuden tunteesta. Tämä siirtymä mahdollistaa yllätyksellisyyden, ennalta-arvaamattoman mielikuvituksen logiikan kautta toimimisen. (Knill 2005, 83) Se avaa mahdollisuuksia ja reittejä uusille ajatuksille ja teoille.

Jo nuket itsessään rakentavat tätä siirtymää, sillä ne ovat konkreettisesti nukettajasta ja tämän kehosta erillisiä olentoja. Fyysisesti niiden ulkonäöllä ei ole välttämättä mitään tekemistä nukettajan ulkomuodon kanssa, eikä niiden luonnetta tarvitse nukettajan omakseen tunnistaa tai tunnustaa. Nukan erillisyys ja irrallisuus, oma mieli ja tahto saavat tulla olemassa oleviksi, vaikka nukettaja siihen elämän puhaltaisikin.

Mielikuvitus ei ole täysin kontrolloitavissa, ennustettavaa siinä on vain sen ennustettamattomuus. Mielikuvitus voidaan jakaa kolmeen osa-alueeseen: uneen, unelmointiin ja transsiin. Taiteen tekemisessä on piirteitä sekä unelmoinnista että unennäöstä. Taiteen tekeminen on ilmiö, jossa mielikuvitus voi tulla näkyväksi, kuulluksi tai kosketetuksi yhtäaikaaisesti sekä tekijän että taiteen kokijan, todistajan osalta. Varhaisissa kirjoituksissaan C.G. Jung julistaa, että taiteellisen teon erityinen arvo on siinä, että se on aineellinen uni, joka voi tulla todistetuksi. (Knill 2005, 83- 84)

3.6 Siirtymäkokemus ja siirtymätila minän rakentajina

Ihmisen kehityksessä leikin varhaisin muoto ovat siirtymäobjektit. Siirtymäobjektin käsitteen loi Winnicott, (1896–1971) englantilainen psykoanalyytikko, luovuuden ja leikin teoreetikko. Hänen mukaansa kyky luovuuteen ja leikkiin syntyy varhaislapsuuden vuorovaikutuksessa. Varhaisimmissa kehityksen vaiheissa vauva ei näe itseään äidistä erillisenä. Myöhemmin vauva havaitsee erillisyytensä äidistä, ja helpottaa tätä erillisyyden ja irtautumisen tuottamaa ahdistusta sijoittamalla äidin läsnäoloa edustavia mielikuvia siirtymäesineeseen, esimerkiksi riepuun. Lapsi käyttää esinettä siirtymänä, siltana sisäisen ja ulkoisen todellisuuden välillä. Siirtymäkokemus on ratkaisevan tärkeä vaihe lapsen yhtenäisen minän muodostumisessa. Siirtymäobjekteista lapsen leikitila voi vähitellen laajentua käsittämään leluja ja muuta leikkiä, ja myös aikuisuudessa taiteen tekemistä. Winnicottin mukaan siirtymäkokemukset ovat kulttuurin alkulähde. (Levine 2005, 49)

Winnicottin mukaan ilman siirtymäkokemuksia ihminen ei voi rakentaa kokemusta itsestä. Minän kehitykselle ratkaisevaa on kannatteleva ympäristö: se, että lapsi hyväksytään varhaisimmissa suhteissa juuri sellaisena kuin hän on. Samoin terapeutin tehtävänä on luoda kannatteleva ympäristö, jossa siirtymätila voi toteutua. Terapian ja siirtymätilan verrannollisuus keskenään on niin vahva, että terapiatyötä ei voi kuvata ainoastaan asiakkaan ja terapeutin yhteisenä leikkinä. Terapiatyöskentelyn on siis oltava paikka jossa

unelmoiminen on mahdollista, ja paikka jossa saa olla olemassa tarvitsematta vastata odotuksiin, arvokas omana itsenään. (Levine 2005, 49–50)

Nukketeatterin käyttö terapeutisesti hyödyntää siirtymätilaa. Se on turvallinen areena ilmaista tunteita ja kokea asioita. Siirtymätila syntyy sekä turvallisuudesta eli kannattelevasta ympäristöstä että leikin vapaudesta. Winnicott puhuu vapaasta leikistä, jossa tarkoitukseton oleminen nähdään itsessään arvokkaana, minän kasvualustana. Se voi näyttäytyä myös muodottomuutena tai kaaoksena, mutta se on kaaosta, josta voi nousta uusia rakenteita. Winnicottin mukaan terapeutin halu tulkita voi ennen kaikkea nousta hänen omasta kaaoksen pelostaan. Kun terapeutti voi tarjota kannattelevan ympäristön ja pidättäytyä tulkinnasta, asiakkaan on mahdollista tulla omaksi itseksensä. (Levine 2005, 49–50)

Nukketeatteria tehdessä ollaan suhteessa esineisiin, ja voidaan saada kokemuksia sekä yhteydessä olemisesta että erillisyydestä. Nukketeatterityöskentelyssä näiden esinesuhteiden kautta voidaan tarkastella kiintymyssuhteita ja niiden ongelmia. (Bernier 2011) Nukketeatterin kautta voi tutkia erilaisia rooleja ja löytää uusia ratkaisuja.

Taideterapiatyö on ajatonta aikaa, tauko, joka mahdollistaa käyttäytymisen, asenteiden ja uskomusten muuttumisen. Jotta muutos voisi tapahtua, vanha identiteetti on ensin kyseenalaistettava. (Levine 2005,45) Siirtymätilaan kuuluu ajatus siitä, että muutokseen kuuluu vaihe, jossa on luovuttava olemassaolevista rakenteista ja astuttava kaaokseen. Kaaoksella on luovaa potentiaalia: Siirtymäkokemuksessa uudet merkitykset voivat ilmaantua symbolien tai metaforien muodossa. (Levine 2005, 50)

3.7 Leikki, välitila ja kaaos työvälineinä

Leikin eri muotojen mahdollistaminen ja leikkitilan lisääminen on ekspressiivisen taideterapian keskeisiä työtapoja ja toiminnan tavoitteita. Terapeuttisessa nukketeatterityöskentelyssä leikki on läsnä sekä *low skills, high sensitivity* -asenteessa työhön, että konkreettisessa leikinomaisessa toiminnassa.

Leikki on luontainen tapamme käsitellä kokemuksia ja ongelmia. Leikki on myös parantumisen väline, jossa syvin itsemme voi tulla huomioiduksi. (Bernier 2011)

Aivotutkimuksen näkökulmasta leikki ei ole ainoastaan uutta synnyttävää ja rakentavaa, vaan sen olemukseen kuuluvat yhtä olennaisesti kaaos ja tuhoaminen. Leikki on kaaoksen ja järjestyksen kohtaamista. Leikin merkitys on kaaoksen tuomisessa joko aivokuoren tai ympäristön järjestäytyneisiin rakenteisiin. Leikki toimii järjestäytyneiden, jäykkien ja suljettujen systeemien avaajana. (Bergsröm 1997, 210)

Leikki tapahtuu fyysisesti aivojen rajatilassa: limbisessä systeemissä, eli kahden toisiinsa rajoittuvan järjestelmän välissä (Bergström 1997, 135). Samalla tavoin taideterapian ajattelussa luovuus ja leikki ovat mielikuvien todellisuutta, joka eroaa arkitodellisuudesta, mutta joka voi toimia siltana, välitilana uuden löytämisessä ja asioiden siirtymisessä arkeen. Jotta uudelle voisi tulla tilaa, on aina kuitenkin luovuttava jostakin. Taideprosessi on sekä luopumista että uuden vastaanottamista. Uusien ideoiden synnyttäminen leikissä on jaksoittaista tapahtumakulkua, jossa vuorottelevat luovuus ja katastrofi: uuden ja ennalta ennustamattoman aineksen tuottaminen ja vanhan tuhoaminen (Bergström 1997, 68).

Lasten leikkiessä maailmanjärjestys tuhotaan ja kaaos virtaa aivokuoren tiedollis-loogisiin järjestäytyneisiin, jähmeisiin rakenteisiin. Silloin aivokuori kehittyy ja syntyy uusia järjestelmiä. Sama tapahtuu myös luovilla aikuisilla. (Bergström 1997, 135–136)

Aikuisella leikki vaatii tietoista suostumista ja uskallusta astua kaaoksen ja eietämisen tilaan. Kuitenkin vain tässä ennalta tuntemattomassa maassa syntyy uutta ja itsenkin yllättävää, oman olemisen ytimeen vievää materiaalia. Jos pysyttelee turvallisen ja loogisen valokiilassa, uusi ei uskaltaudu paikalle. Sen maastoa on valokehän ulkopuolella avautuva hämärä, tuntematon, jolla ei ole valon luomia ääriviivoja, vaan joka on täynnä rajattomia mahdollisuuksia.

Kun tarkastellaan taidetta fenomenogisesta näkökulmasta, valmiin teoksen muoto ei ole ensisijaista. Teos syntyy kaaoksesta, joka etsii muotoa. Taiteilijan

rooli ei ole pakottaa jo olemassa olevaa muotoa aivottomasta materiaalista, vaan antaa materiaalin löytää järki, mieli. Merkitysten kaaos tarvitsee apua saadakseen muodon. Taiteilija on siten välittäjä, joka lainaa käsiään muodon antamisen prosessille. (Levine 2005, 40)

Ajatus siitä, että taiteilija lainaa käsiään, voi vapauttaa tekemistä. Nukke, nukettajastaan erillinen olento voi siten saada "oman tahdon" ja toimia sen mukaan. Joskus ajatus käsien lainaamisesta voi mahdollistaa myös itselle oudon ja yllättävän näyttäytymisen omassa taiteessa. Kaaosta kestävä taiteilija voi luottaa siihen, että nukke saa "tehdä" jopa kummallisia ja sopimattomia asioita.

Terapeuttisen työn ohjaajan tai terapeutin on kyettävä myös tietyssä määrin kestämään kaaosta: se kuuluu muodon antamisen prosessiin. Terapeuttisessa työskentelyssä ohjaajan on usein hyvä ottaa "askel taaksepäin", ja vastustaa omaa haluaan antaa kaaokselle omat tulkintansa ja muotonsa. Terapeutin tehtävä ei ole jakaa viisautta asiakkaalle, vaan auttaa tätä löytämään oma viisautensa ja voimansa. Terapeuttisen työn ohjaajan tehtävä on luoda turvallinen ympäristö, jossa asiakas voi kestää taiteen prosessiin kuuluvan kaaoksen ja hypyn tuntemattomaan.

Rajat ja säännöt toimivat leikin kehyksinä. Näiden kunnioittaminen ja harjoitteleminen ja tarpeelliset interventiot istuvat hyvin leikin ja taiteen maailmaan. Leikki on kokemuksellisen oppimisen muoto. (Knill 2003, 11–13)

Terapeuttisessa nukketeatterissa vapaan leikin kaltaisella spontaanilla tekemisellä on paikkansa. Leikkiprosessia voi käyttää myös toisenlaisessa, pidempikestoisessa työssä, jossa toistetaan, varioidaan erilaisia versioita, tehdään valintoja ja kuoritaan esiin olennaista.

Leikkiminen voi auttaa meitä löytämään kadottamiemme kommunikaation tapoja. Se auttaa meitä luomaan omista kokemuksistamme jotain uutta, tekemään niitä näkyväksi. Taiteen tekeminen leikin muotona antaa vapauden lisäksi mahdollisuuden huomion keskittämiseen ja rajaamiseen.

Taideprosessissa on luovuttava tietämisestä ja uskallettava astua kaaokseen. Se voi tuntua pelottavalta ja turhautavalta. Prosessiin kuuluvat myös vaikeita hetkiä ja niiden sietämistä. Omavoimaisuudesta luopuminen, virheet ja tekemisen takkuaminen ovat vaikeita siedettäviä. Taide ei ole vain miellyttävää, vaan se voi olla hämmäntävää, outoa ja paljastavaa. Taideprosessi voi järjestää asioita, antaa niille muotoa ja merkityksiä. Terapeuttinen nukketeatteri toimii rajapinnoilla, sen tekijä on kuin shamaani, joka tekee matkan mielikuvien todellisuuteen, ei-kenenkään maahan, hakemaan arkitodellisuuteen tietoa ja ymmärrystä. Mielikuvitus mahdollistaa kokeilut, heittäytymisen, prosessinomaisuuden, tuhoamisenkin, toisin sanoen leikin. Terapeuttinen nukketeatteri voi avartaa leikkitilaa yksittäisissä hetkissä, toisaalta yksilön koko elämässä ja suhteessa ympäröivään maailmaan.

3.8 Nukketeatteri muodon antajana ja kommunikaation kanavana

Rene Baker tarkastelee artikkelissaan *Puppets and objects -Medium and mediator* nukketeatteria symbolisen kommunikaation muotona, joka voi vapauttaa eri-ikäisten itseilmaisua. Ensin on kuitenkin päästettävä irti ennakkoletuksesta, jonka mukaan nukketeatteri olisi ainoastaan lapsia varten, onnellisten loppujen, satujen ja seikkailujen näyttämö. Vaikka nukketeatteri sopii hauskanpitoon, sen mahdollisuudet ylettyvät paljon pidemmälle. Nukke voi olla voimakas itseilmaisun väline, josta on sosiaalisia ja psykologista hyötyä kaikenikäisille. (Baker 2012, 103–104)

Nukkien todellinen voima tulee esiin silloin, kun niitä käytetään. Olennaista ei ole nuken ulkoinen muoto, tai mekanismi, jonka avulla se toimii. Nukke on nukke silloin, kun se saa elon kertoakseen tai näyttääkseen jotain, kirjaimellisesti tai metaforien kautta. Tunnistettavuus ei vaadi täydellistä jäljittelyä, vaan jonkin olennaisen ilmiön kiteytyminen riittää. Vapaus luoda millaisia hahmoja tahansa, mistä tahansa materiaalista mahdollistaa sellaistenkin hahmojen tekemisen, joita olisi muulla keinoin mahdotonta esittää. (Baker 2012, 112)

Nukke voi toimia kanavana ja välittäjänä. Nukkea on käytetty esimerkiksi osana rituaaleja, arkitodellisuuden ja pyhän välissä liikkumisen apuna, vuosituhansien ajan. Nukkien erityisvahvuus on symbolinen kommunikaatio. Erilaiset nuket erilaisine ominaisuuksineen voivat tarjota erilaisia mahdollisuuksia tuolle symboliselle kommunikaatiolle.

Symbolit auttavat meitä tekemään maailmaa itsellemme ymmärrettäväksi ja luovat yhteyden sisäisen ja ulkoisen todellisuutemme välille (Bernier 2005, 126). Esineiden erityisvahvuutena on symbolismi, jonkin asian edustaminen, ja ne kantavat erityisen vahvasti mukanaan merkityksiä. Luennollaan Rene Baker kertoi tehtävästä, jossa valittiin kaksi esinettä, toinen kuvaamaan itseä ja toinen omaa äitiä. Esineitä käyttämällä voidaan saavuttaa erityistä tarkkanäköisyyttä, olennaisen kristallisoitumista ja leikin luomaa vapautta, eri tavalla kuin esimerkiksi kuvailemalla äitisuhdetta puheella. (Baker 2011)

Terapeuttisessa nukketeatterissa työskennellään taiteen maailmassa metaforien, symbolien ja mielikuvituksen avulla. Nuket voivat toimia ihmisten todellisuuden rinnalla, heijastaa sitä. Niiden kautta on mahdollista muuttaa todellisuutta ja tehdä mahdotonta mahdolliseksi. Symbolit ja metaforat ovat merkitysten kristallisoitumia, joihin voidaan myös palata taidetyössä uudelleen, niin kauan kuin ne ovat merkityksellisiä.

Nukketeatterityöskentelyssä on mahdollista tehdä valintoja, tutkia ja kokeilla. Tämä työ mahdollistaa uutta ajattelua ja voimautumista. Erilaisten identiteettien kokeileminen ja itseilmaisuus luovat tilaisuuksia keskustelulle ja tunteiden jakamiselle toisten kanssa. (Bernier 2005, 119)

Nuket voimauttavat tarjoamalla motivaation ja keinon tehdä tunteet näkyviksi. Nukketeatterin monimuotoisuus tarjoaa loputtomasti mahdollisuuksia nostaa esiin jokaisessa olevaa taiteellista luovuutta, oli kehityksen taso, asiantuntijuus tai esteettinen maku millainen tahansa. (Bernier 2005, 118)

3.9 Nukketeatteri muutoksen mahdollistajana ja heijastuspintana

Nukketeatterissa kaikki on mahdollista! Terapeuttisessa käytössä nukeilla ja esineillä on omia erityisvahvuuksia. Esineet voivat erityisen hyvin asioiden symboliseen edustamiseen. Nuken kautta voi itse tulla *joksikin muuksi*. Nukettaja ei siis ole käyttämänsä nuken sukupuolen, roolin tai näkökulman kahlitsema. Samoin hän vapautuu oman olomuotonsa vankina olemisesta hetkeksi, jos nukke on pääosassa ja saa huomion. Nukke voi myös kommunikoida nukettajansa kanssa, jolloin molemmat ovat tilanteessa läsnä.

Nuket tarjoavat mahdollisuuden luoda hahmoja, jotka eivät ole ihmiskehonne rajaamia. Nukke voi olla aivan pikkuruinen tai valtava, ja piirteet voivat olla liioiteltuja. Fysiikan lait eivät rajoita niiden toimintaa: nukke voi tehdä mitä tahansa, vaikkapa lentää. Nuken kautta on mahdollisuus astua toisen kenkiin: toisenlaiseen rooliin, sukupuoleen, asemaan. Niiden kautta jumalat, paholaiset, henget ja eläimet voivat saapua paikalle uskottavammin kuin ihmisenäyttelijän esittäminä. (Baker 2012, 104–105)

Nuket voivat tehdä asioita ja muuttua tavoilla, joihin ihminen ei pysty. Nuket tarjoavat käyttöömmme erityisesti kykynsä muuttua, muutokselle mahdollisen ominaislaatuensa (Bernier 2005, 122). Muutos voi tapahtua nuken ajatuksissa, päätöksissä ja toiminnassa, tai se voi olla kokonaisvaltainen muodonmuutos. Nuken on mahdollista vaihtaa ajatuksia ja suuntaa, yhtä lailla kuin sen on mahdollista vaihtaa jopa päätä tai kehoa. Nukke voi luopua raajasta tai kasvattaa uuden sellaista tarvitessaan. Nukke kykenee kutistumaan aivan pieneksi, kasvamaan valtavaksi tai ylittämään esteet lentämällä.

Nuken käyttäjä voi liikkua erilaisten roolien välillä: hän voi olla ohjaaja, näyttelijä ja yleisö samanaikaisesti. Nukketeatterin erityisyyttä on turvallinen epäsuoruus, joka mahdollistaa ensin keskittymisen nukkeen ja siihen, mitä sen on mahdollista tehdä. Nuket auttavat vapauttamaan tarinoita ja kertomaan niitä. Ne toimivat muutoksen mahdollistavina työkaluina henkilökohtaisten ja sosiaalisten tilanteiden suhteen. (Bernier 2005, 119)

Nukketeatterille on ominaista ilmaisun laajuus. Käsitteet ja kokemukset voivat saada muotoa ja hahmoa, esimerkiksi kipu, pelko tai oma voima voidaan rakentaa nukeksi. Nukkien ja niiden ilmaisun mahdollisuudet ovat rajattomat. Materiaaleissa voidaan päättää, onko tärkeää, että hahmo rakentuu esimerkiksi arvokkaista vai arvottomista, rujoista vai kauniista materiaaleista? Onko hahmo suuri vai pikkuruinen? Minkä värinen se on, onko sillä pehmeä turkki vai kova panssari? Rakentuuko hahmo nopeasti vai hitaasti, miten suuren prosessin sen työstäminen vaatii? Nukketeatterissa on valtavasti elementtejä, joilla voidaan nostaa esiin merkityksellisiä asioita, esimerkiksi valaistuksen, lavasteiden, värien ja toiminnan kautta. Hahmo syntyy toiminnassa, ja seuraavaksi voidaan kysyä, mitä sille tapahtuu. Terapeutin tai terapeutin työn ohjaajan tehtävä on rohkaista ja johdattaa asiakasta leikkimään materiaaleilla, olipa tämä sitten lapsi tai aikuinen.

Nukke voi olemassaolollaan ja toiminnallaan antaa muotoa kokemuksille ja tunteille. Samalla nukken käyttäjä on suojassa. Kuitenkin nukettaja voi saada osansa mielihyvää, kun nukke onnistuu vaikkapa naurattamaan yleisöään tai pelastamaan tilanteen. Nuket toimivat erityisen hyvin tilanteissa, jossa puhuminen on vaikeaa tai mahdotonta. Tällöin nukke voi ilmaista asioita puhumalla tai teoilla. Nukken käyttäjä ei ole huomion keskiössä, mutta voi silti tulla näkyväksi.

Nukke seisoo nukettajansa ja nukken edustamien asioiden välissä. Kun huomio on nukessa, nukettaja on vapaa ilmaisemaan itseään erilaisilla tavoilla nukken kautta, ei suoraan omana itsenään. Nukken käyttäminen voi vähentää tuomitsemisen pelkoa. Nukke tuo vapautta, ja sitä käyttämällä voi olla suorassa yhteydessä tunteisiin.

Nukke voi auttaa käyttäjäänsä tekemään asioita, joita ilman nukkea ei olisi mahdollista tehdä itsetutkiskelun, itseilmaisun, yksilöllisen tai sosiaalisen muutoksen alueilla. Nuket voivat toimia väylänä sisäiseen maailmaan, ja prosessien, luovuuden ja sosiaalisen kontaktin kautta laajentaa käytettävissä olevaa kieltä. (Bernier 2005, 122)

Nuken kautta voi olla itseään pahempi, urheampi, viisaampi, hullumpi, tyhmempi, ottaa aivan uuden identiteetin. Voi olla sankari, kerjäläinen tai vaikkapa oikeudenmukaisuuden tai sodan ääni. Nuken kautta on mahdollista tutkia, miten erilaiset hahmot voisivat tilanteissa toimia. Nukketeatteri on voimakas terapeutti väline, sillä nukke suojaa käyttäjäänsä samalla kun sisäiset maailmat voivat tulla tiedostetuiksi ja näkyviksi. Haavoittuvainen ego pysyy suojattuna, sillä todellinen minä ei ole suoraan alttiina. Itsetunto voi kuitenkin vahvistua nuken voittaessa esteitä ja onnistuessa, sillä nukettajan voima ja taito mahdollistavat nämä tapahtumat. Toisaalta itseensä keskittyvän persoonan täytyy sallia nuken oleminen huomion keskipisteenä. Ujon voi nuken kautta olla mahdollista tehdä ja sanoa asioita, joihin he olisivat muuten liian pidättyväisiä tai pelokkaita. (Baker 2012, 109)

Nuken käyttö mahdollistaa sisäisen maailman paljastumisen tavalla, joka ei uhkaa. Ilmaistut asiat on mahdollista kieltää, laittaa nuken kontolle. Nukke voi toimia sosiaalisesti hyväksyttävänä kanavana muuten kielletyille asioille ja teemoille. Nuket vapauttavat itseilmaisua, sillä ne antavat mahdollisuuden kokea ja harjoitella tunteita, ennen kuin tunnustaa ne omikseen. Nukketeatteria tehdessä asiakkaalla on yksittäistä taidemuotoa suurempi mahdollisuus päästä eroon itseprojektioista ja kokeilla erilaisia identiteettejä. (Bernier 2005, 118) Erityisesti tabujen käsittely tulee nukkien kautta mahdolliseksi. Nukketeatteri mahdollistaa konfliktien käsittelyn välillisesti, niiden etäännyttämisen esineiden kautta.

Nukkien tai niiden toiminnan kautta voidaan löytää purkautumiskanava ahdistukselle tai pelolle. Nukke voi myös toimia kuuntelijana ja tunteiden vastaanottajana, joka on neutraali, eikä tuomitse.

Myös väkivaltainen leikki on sallittua ja mahdollista, kun sille luodaan terapeutisessa tai terapiatilanteessa turvalliset kehykset. Voimakkaat teot tai johtajan rooli voivat olla keino, jonka kautta saavutetaan hallinnan tunnetta oman elämän suhteen. Tuhoaminen tai turhautuminen ovat tärkeitä hetkiä, joihin kannattaa pysähtyä. Tekojen motivaatioita ja seurauksia on mahdollista tarkastella, ja niihin voidaan palata uudelleen. Jos nukke on esimerkiksi

asiakkaan mielestä pilalla, voidaan yhdessä pysähtyä kysymään, mikä nukessa on huonoa ja hyvää, ja onko siinä asioita joita haluaa tuhota, säilyttää tai rakentaa uudelleen, niin että se olisi asiakkaan kannalta toimiva. Sekä tekemisen prosessi että taidetyö, konkreettinen muoto heijastelee minää. Terapeutti voi haastaa asiakkaan etsimään muutoksen siemeniä ja uusia mahdollisuuksia turhautumistilanteissa. (Bernier 2011) Terapeuttinen nukketeatteri voi näyttäytyä elämän osa-alueena, joka voi antaa vaikuttamisen kokemuksia, ja jota voi ohjata omien ehtojensa mukaan niin, että se tukee elämäntunnetta (Pöllänen 2008,101).

3.10 Nukketeatteri vuorovaikutuksen välineenä, näkyväksi tekijänä ja kannattelijana

Nukketeatterin kautta on mahdollista luoda hahmoja, tai vaikka kokonaisia maailmoja, jotka heijastelevat tekijänsä sisäistä maailmaa, mutta ovat samalla itsenäisiä, tekijästään erillisiä. Tekijä voi itse valita, millaisen suhteen hän haluaa ottaa nukkeen ja sen edustamiin asioihin. Nukettajan ei tarvitse hyväksyä nukkensa tekoja, tai hahmon rakentajan ei tarvitse pitää hahmostaan. Tämä irrallisuus mahdollistaa tekemisen vapauden. Nukketeatterissa voimme antaa pelkomme nukkehahmon kannettavaksi, ja antaa tuon hahmon kulkea tuntemattoman läpi puolestamme (Astell-Burt 2002, 139).

Symbolisten hahmojen kautta tietoiset tai tiedostamattomat elementit voivat tulla edustetuiksi. Nuket voivat esittää erilaisia rooleja, inhimillisiä ja ei-inhimillisiä. Nuket sallivat ja voivat vapauttaa aggressioiden tai seksuaalisten teemojen ilmaisua, poistaa häpeää pelkoa ja syyllisyyttä. Nukettajan kädet antavat nukelle elämän, ja nukke on nukettajan hallinnassa. Nukketeatterin kautta voi lisätä tai poistaa tarinoiden osia ja tapahtumia, ja muuttaa niiden loppua. Nukketeatterissa voidaan esittää todellisen elämän tapahtumia uudelleen, muistaa, toistaa ja työstää niitä. Nukketeatteri tarjoaa mahdollisuuden itsensä kohtaamiseen ja olemassaolon kysymysten käsittelyyn. (Passmore-Godfrey 2005,168)

Toisinaan nukke edustaa tietoisesti itseä tai muita. Useimmiten nukkehahmoissa ruumiillistuu tiedostamatonta dynamiikkaa tai sellaisia osia, joiden ilmaiseminen tai avaaminen ei ole itselle helppoa. Esimerkiksi ujo ihminen voi luoda ulospäinsuuntautuneen hahmon, tai asioita sisällään pitävä tehdä vihasen nukan. (Bernier 2011)

Taiteen kautta on mahdollista kokea valintojen tekemistä, tarkastella erilaisia tekoja ja saada hallinnan kokemuksia. Nukettamiseen kuuluu aina esineen, nukan hallitseminen, joten nukke tarjoaa luonnostaan mahdollisuuksia hallinnan tunteen kokemiseen ja saavuttamiseen. Se, miten nukkea käytetään, antaa lukuisia mahdollisuuksia hallinnan, tekojen ja valintojen tutkimiselle. Esimerkiksi nukan kontrollointimekanismit ja nukan ja nukettajan suhde voivat olla materiaalia tälle tutkimiselle.

Nukketeatteri on väline, joka voi auttaa ilmaisemaan tunteita ja tutkimaan ihmissuhteita. Tekeminen mahdollistaa toistamista ja muutosten tekemistä, kunnes tekijä voi saavuttaa hallinnan tunteen suhteessa kokemuksiinsa.

Nukkien avulla voidaan tutkia suhteita ja kiintymystä. Leikillisen taidetyön ja siinä tapahtuvan vuorovaikutuksen kautta on mahdollisuus saada empatian ja hoivaamisen kokemuksia. Vuorovaikutus tapahtuu myös nukan ja nukettajan välillä. Nukketeatterityön kautta voidaan vastata esillä olemisen, näkyväksi ja hyväksytyksi tulemisen tarpeisiin, jotka eivät ehkä muuten tulisi ilmaistuksi (Passmore-Godfrey 2005,168).

Ryhmässä tehty nukketeatteri on tilaisuus harjoitella ja hallita ihmissuhdetaitoja ja rooleja. Se rohkaisee yhteistyöhön. Nuket voivat toimia ja puhua asiakkaan puolesta tai mahdollistaa roolien vaihtamista. (Passmore-Godfrey 2005,168) Yhdessä muiden kanssa tehdyn nukketeatterin kautta voidaan tutkia suhteita, esimerkiksi käyttämällä erikokoisia ja eri materiaaleista tehtyjä nukkeja, tutkimalla niiden rooleja tai statusta. Nukkea voidaan manipuloida joko yksin tai yhdessä, riippuen siitä millaisia kokemuksia vuorovaikutuksesta tai hallinnan tunteista halutaan saada. On terapeutin ammattitaitoa tunnistaa, millaisia vuorovaikutuksen mahdollisuuksia asiakkaalle tarjoaa (Bernier 2011).

3.11 Muutama käytännön esimerkki terapeuttiseen työskentelyyn nukkien kanssa

3.11.1 Yksinkertaisen nukken rakentaminen

Nukke voidaan synnyttää mistä tahansa materiaalista. Yksinkertaisin nukke syntyy mistä tahansa arkipäivän esineestä, joka saa persoonan. Nukke voi saada elämän vaikkapa muutamassa minuutissa, ja ottaa hahmon yhteenkiedottuina muovipusseina, kuten Matthew Bernierin työpajassa Turussa. Tekovaihe ja synnyttäminen on pyhää, siinä ei analysoida tai asetuta työn yläpuolelle. Nukke saa tulla maailmaan juuri sellaisena kuin se syntyy. Seuraavaksi voidaan antaa sille mahdollisuus olla maailmassa, herätä eloon ja toimia.

3.11.2 Mitä nukke haluaa tehdä

On tärkeää päästä eroon tunteesta, että tekemisessä pitäisi onnistua. Taideterapeuttisessa nukketeatterissa työlle luodaan ilmapiiri, jossa ei ole onnistumisia tai epäonnistumisia, oikeaa tai väärää. Ekspressiivisessä taideterapiassa käytetään ilmaisua *trusting the process*, prosessiin ja taiteeseen luottaminen. Tämän luottamuksen luomisessa terapeutilla tai terapeuttisen työskentelyn ohjaajalla on tärkeä rooli. Työ lähtee liikkeelle niistä materiaaleista, joita on käsillä. Ytimessä on materiaalin kuunteleminen. Voidaan siis kysyä nukelta, mitä se haluaa tehdä, ja antaa nukken toteuttaa tätä halua. Aloittaminen voi silloin olla paljon helpompaa, kuin jos tekemistä suunniteltaisiin etukäteen. Nukke voi esimerkiksi etsiä mieleisensä paikan ympäristöstään tai kokeilla vapaasti erilaisia liikkumisen tapoja. Avaimena on, mitä nukke haluaa tehdä ja mikä nukelle on luontevaa. Vapaassa leikissä ei ole oikeaa eikä väärää tapaa olla olemassa. Taidetarapian *low skills, high sensitivity* -ajattelun mukaisesti nukettaja kuuntelee nukkea ja vastaa "kyllä" kaikkiin nukesta nouseviin tarjouksiin.

3.11.3 Suoraan nukelle puhuminen

Nukkea kunnioitetaan elossa ja olemassaolevana hahmona. Rene Baker korostaa opetuksen ja ohjaamisen työkaluna suoraan nukelle puhumista. Tilannetta ohjaava opettaja, ohjaaja tai terapeutin työn ohjaaja siis puhuu suoraan nukelle, ei nukettajalle. Jos nukettajalle puhutaan nukken ohi, nukken elossa olon illuusio särkyy hetkessä, ja siitä tulee objekti. Puhumalla nukelle suojelemme nukken elämän liekkiä ja pidämme yllä yhteistä leikkiä. Nukelle puhuminen antaa nukettajalle vapautta. Hänen ei tarvitse ajatella nukken saamia ohjeita tai kysymyksiä itsensä kautta, vaan nukke voi suoraan reagoida niihin itsenäisenä olentona. Huomio keskittyy nukkeen, ei nukettajaan.

On muistettava kohdella nukkea kuten näyttelijää. Nuket ovat hyviä ottamaan vastaan ohjeita ja kritiikkiä ja vastaamaan siihen välittömästi. Nukettaja taas saattaa helposti tuntea toimivansa väärin, jos häntä pyydetään tekemään jokin asia uudelleen. Nukettajassa tämä saattaa nostaa esiin puolustautumista, harmia ja turhautumista, ja mikä ei suinkaan auta nukettamista. (Baker 2012, 115)

Nukken (ja nukettajan) on usein tarpeen kuulla, että kaikki se, mikä tapahtuu, saakin tapahtua. Se, ettei vääränlaisia tekoja tai reaktioita ole, on aina syytä sanoa ääneen. Hyväksyvä ja turvallinen ilmapiiri taiteelliselle työskentelylle rakentuu monista pienistä rohkaisuista ja luottamuksen osoituksista.

3.11.4 Tapahtumien todistaminen ja nähdyksi tuleminen

Nukettaja voi olla sen todistaja, mitä nukelle tapahtuu. Hän voi esimerkiksi laittaa nukken kokemaan tapahtuman, johon on itse joutunut, ja katsoa ja toimia tilanteessa ikäänkuin ulkopuolisena. Tapahtumien kulkua on myös mahdollista muuttaa tai luoda tarinoille uudenlainen päätös.

Todistamiseen sisältyy myös ajatus kannattelusta. Terapeutti kannattattelee asiakasta ja hänen työtään terapian ajan. Ekspressiiviseen taideterapiaan kuuluu myös ajatus siitä, että taide itsessään kannattelee tekijäänsä.

Työskentelyssä todistajia ja näkyväksi tulemista voidaan nostaa esiin ja hyödyntää. Asiakas voi esimerkiksi antaa ohjeet, millaista kannattelua ja todistamista hänen esittämiensä tapahtumien aikana tarvitaan. Todistaja/todistajat voivat esimerkiksi auttaa tapahtumien kulussa. Jos siitä on erikseen sovittu, todistajat voivat antaa palautetta kokemastaan taiteellisesta muodosta, esimerkiksi tekojen, laulun tai sanojen kautta. Taiteellisessa palautteessa ei arvostella tai arvoteta, vaan annetaan lahjan tavoin oma kokemus heijastuksena takaisin. Usein jo nähdyksi ja kannatelluksi tulemisen kokemus on riittävä, ja todistajien rooli voi olla ainoastaan silminä ja korvina oleminen, hyväksyvä ja voimauttava läsnäolo.

4 LOPUKSI

Käytännön kokemukseni nukketeatterista on, että se on vaikuttava, liikuttava, monipuolinen ja loputtomasti mahdollisuuksia tarjoava taiteenmuoto. Keräämäni tiedon valossa nukketeatterityöskentelyssä on mahdollista toteuttaa ekspressiivisen taideterapian periaatteita, ja nukketeatteri taiteenmuotona voi tukea ekspressiivistä taideterapiatyöskentelyä. Nukketeatteri luo sekä kontekstin terapeuttiselle muutokselle, että antaa tukea ja välineitä muutokseen.

Terapeuttisen nukketeatterityöskentelyn prosessin kautta kokemukset ja merkitykset voivat saada muodon taiteessa. Taideprosessissa merkitykset voivat myös muotoutua tai muuttua. Nukketeatterityöskentely vie luontaisesti mielikuvien todellisuudessa tapahtuvaan taideprosessiin, sillä nuket toimivat symbolisilla ja metaforisilla tasoilla.

Nukketeatterin avulla on mahdollista siirtää huomio pois itsestä ja ongelmasta taiteen prosesseihin, ja nukkien käyttö tukee tuota siirtymää luonnostaan. Nukkien kautta tapahtuu siirtymäkokemuksia ja tunteiden siirtoa, ja niitä voidaan myös tutkia nukkien kautta. Nukketeatterityössä voi tulla näkyväksi ja hyväksytyksi sellaisena kuin on, ja nukkien käyttö mahdollistaa vuorovaikutusta ja laajentaa kommunikaation keinoja.

Nuket antavat käyttöömme kykynsä muuttua, ja niiden kautta on mahdollista heijastaa ja käsitellä vaikeitakin asioita ja tabuja. Nukkien muutosvoima antaa mahdollisuuksia löytää uusia, yllättäviäkin ratkaisuja. Nukketeatterin käyttö suojaa tekijäänsä taiteeseen keskittymisen ja välineellisyytensä avulla, mutta samalla tarjoaa ainutlaatuisen mahdollisuuden tulla näkyväksi ja olla yhteydessä muihin.

Suomessa nukketeatterin terapeuttinen käyttö on vielä hyvin vähäistä, enkä etsinnöistäni huolimatta löytänyt aiheesta suomenkielistä kirjallisuutta. Terapeuttisesta nukketeatterista on pidetty muutamia seminaaripäiviä ja kursseja, mutta liikehdintä on ollut vähäistä. Paraikaa on kuitenkin suunnitteilla

terapeuttisen nukketeatterin kurssi ekspressiivisiä taideterapeutteja kouluttavassa Inartes Instituutissa Helsingissä. Odotan innolla, millaista kipinäintiä se saa aikaan. Toiveissani on, että Suomeen syntyisi terapeuttisen nukketeatterin järjestäytymistä, ja kukaties koulutuskin.

Tätä työtä kirjoittaessani olen huomannut, että aiheeni on niin laaja ja mielenkiintoinen, että haluan tulevaisuudessa perehtyä siihen vielä laajemmin. Tekstini puitteissa olen vasta päässyt raapaisemaan pintaa. Ajattelen, että jatkaessani ekspressiivisen taideterapeutin opintoja, voisin syventyä aiheeseen aikanaan päättötyössäni. Haluan jatkossa tarkastella nukketeatterin terapeuttista käyttöä myös käytännön työn kautta, terapeuttisia ryhmiä ohjatessani ja myöhemmin terapiaharjoittelussani.

LÄHTEET

Aronoff, Mickey. Puppetry as a Therapeutic Medium: an Introduction. Teoksessa Bernier, Matthew, O'Hare, Judith. (toim.) Puppetry in Education and Therapy. Unlocking Doors to the Mind and Heart. Authorhouse, Indiana. 117–124.

Astell-Burt, Caroline 2002. I am the Story. The Art of Puppetry in Education and Therapy. A Condor Book. Souvenir Press (E&A) Ltd. Great Britain.

Baker, Rene 2011. Puppets and Objects –Medium and Mediator. Luento Turun taideakatemiassa terapeuttisen nukketeatterin seminaarissa. 18.11.2011. Luentomuistiinpanot

Baker, Rene 2012. Puppets and Objects –Medium and Mediator. Teoksessa Moving In! Art -Based Approaches to Work with the Youth. MIMO project 2010-2013. Krappe, Johanna; Parkkinen, Terttu ja Tonteri, Anna (toim.) Turku University of Applied Sciences. Tampereen Yliopistopaino Oy.

Bergström, Matti 1997. Mustat ja valkeat leikit. Leikki, kaaos ja järjestys aivoissa. WSOY. Juva.

Bernier, Matthew. Luennot ja työpaja Turun taideakatemiassa terapeuttisen nukketeatterin seminaarissa. 18–21.11.2011. Luentomuistiinpanot

Bernier, Matthew 2005. Psychopuppetry: Animated Symbols in Therapy. Teoksessa Bernier, Matthew, O'Hare, Judith. (toim.) Puppetry in Education and Therapy. Unlocking Doors to the Mind and Heart. Authorhouse, Indiana. 125–133

Hentinen, Hanna 2007. Monitaiteinen merkitysten muotoutuminen. Teoksessa Taideterapian perusteet. Hentinen, Hanna; Mantere, Meri-Helga; Rankanen, Mimmu. Duodecim Oy ja Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere. Helsinki. 129–169.

Malchiodi, Cathy, A. 2010. Ekspressiivinen taideterapia ja monitaiteelliset lähestymistavat. Teoksessa Malchiodi, Cathy, A. (toim.) Suom. Soili Hietaniemi. Taideterapian käsikirja. UNIPress Suomi. 133–146.

Kniill, Paolo J. 2003. Introduction. Teoksessa Minstrels of Soul. Intermodal Expressive Therapy. EGS Press, Ontario Canada. 1–15.

Knill, Paolo J. 2005. Foundations for a Theory of Practice. Teoksessa Principles and Practice of Expressive Arts Therapy. Jessica Kingsley Publishers, London and Philadelphia. 75–170.

Laine, Timo 2001. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. PS-Kustannus, Jyväskylä. 26–43.

Lehtovaara, Maija 1992. Fenomenologinen näkökulma ihmisen tutkimisen metodologiaan. Teoksessa Kohti elämismailman ja ihmisen laadullista tutkimista. Toim. Juha Varto. Suomen fenomenologisen instituutin julkaisuja. Tampere. 3–32.

Levine, Stephen, K. 2005. The Philosophy of Expressive Arts Therapy: Poiesis as a Response to the World. 15-74. Teoksessa Principles and Practice of Expressive Arts Therapy. Jessica Kingsley Publishers, London and Philadelphia. 75–170.

Linnossuo, Outi 2011. Ekspressiivisen taidetyöskentelyn menetelmäkurssi. Teoksessa Kuukasjärvi, Anja; Linnossuo Outi & Sutinen, Jussi (toim.) Taidetyöskentely arjen näyttämöillä. Teoriaa, menetelmiä ja sovelluksia. Turun ammattikorkeakoulu. Turku. 80–91.

Mantere, Meri-Helga 2007. Taiteen ja terapien yhteinen kuva. Teoksessa Taideterapian perusteet. Hentinen, Hanna; Mantere, Meri-Helga; Rankanen, Mimmu. Duodecim Oy ja Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere. Helsinki. 11–19.

Passmore-Godfrey, Wendy 2005. Accessing the power of puppets in therapeutic and educational settings. Teoksessa Bernier, Matthew, O'Hare, Judith. (toim.) Puppetry in Education and Therapy. Unlocking Doors to the Mind and Heart. Authorhouse, Indiana. 167–176

Perttula, Juha 2005. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Kokemuksen tutkimus. Merkitys – tulkinta – ymmärtäminen. Toim. Juha Perttula ja Timo Latomaa. Dialogia Oy. Tartu. 116–162.

Pöllänen, Sinikka 2008. Käsiyö terapiana ja terapeuttisena toimintana. Teoksessa oppimista, opetusta, monitieteisyyttä. Kirjoituksia Kuninkaankartononmäeltä. Joensuun yliopisto. Savonlinnan opettajakoulutuslaitos. Viitattu 15.3.2014.
<http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/monitiet/pdf/pollanen.pdf>

Ranken, Mimmu. Työskentelyn eteneminen taideterapiassa. Teoksessa Taideterapian perusteet. Hentinen, Hanna; Mantere, Meri-Helga; Rankanen, Mimmu. Duodecim Oy ja Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere. Helsinki. 91–97

